



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

CHAMPIONNATS RÉGIONAL BENJAMINS (50M) OPEN

▪ Du 1 ^{er} juillet 2023 au 2 juillet 2023	▪ Lieu : Sézanne
▪ 4 réunions	▪ Compétition qualificative
Conditions d'accès	
▪ Catégories d'âges : filles 12 et 13 ans, garçons 13 et 14 ans.	▪ Nageurs qualifiés à partir des performances PB et GB des grilles de temps correspondantes ▪ Nageurs qualifiés à l'issue de la période qualificative, du 1 ^{er} septembre 2021 au 26 juin 2023
Engagements	Résultats
▪ Propositions ExtraNat : de J-20 à J-5 ▪ Liste des engagés : J-3 ▪ Réunion Technique : J	▪ Envoi serveur : Jour J ▪ Publications web : J+1 ▪ Réclamations : J+8 informatique@lge-natation.fr

ÉQUIPEMENTS

Bassin de 50m homologué.
Chronométrage semi-automatique

CONTENU DU PROGRAMME

- Épreuves individuelles :

Benjamin(e) 1 : 50-100m Pap, 50-100-200m Dos, 50-100-200m Brasse, 50-100-200-400m NL, 200m 4N.

Benjamin(e) 2 : 50-100-200m Pap, 50-100-200m Dos, 50-100-200m Brasse, 50-100-200-400-800-1500m NL, 200-400m 4N.

Classement au temps.



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

JURY

Le jury est constitué par la Ligue selon les règles FFN. Les juges-arbitres devront figurer sur les listes des officiels validés pour la saison en cours.

MODE DE PARTICIPATION

Les nageuses et nageurs peuvent participer aux épreuves pour lesquelles ils ont réalisé une performance à partir des performances PB et GB des grilles de temps correspondantes enregistrées dans la base ExtraNat entre le 1^{er} septembre 2021 et 26 juin 2023, plus une épreuve supplémentaire de leur choix.

Les nageurs ne sont pas autorisés à nager en combinaison.

PROCEDURES D'ENGAGEMENTS

Les engagements s'effectuent via l'interface ExtraNat. Les clubs adresseront les droits d'engagements, fixés à 6€ par épreuve individuelle directement à la Ligue Grand Est de Natation.

RECOMPENSES

Une médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par année d'âge.

Si un nageur non-licencié dans le Grand Est est sur le podium, celui-ci sera complété par un nageur licencié dans le Grand Est.



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

CRITERES DE QUALIFICATION

GRILLES DE QUALIFICATION DAMES				
Épreuves	Benjamines 1		Benjamines 2	
	GRILLE DE QUALIFICATION GRAND BASSIN		GRILLE DE QUALIFICATION PETIT BASSIN	
50 Nage Libre	00:36,03	00:35,08	00:35,33	00:34,38
100 Nage Libre	01:16,93	01:15,01	01:15,73	01:13,81
200 Nage Libre	02:49,61	02:45,26	02:46,71	02:42,36
400 Nage Libre	05:52,96	05:44,18	05:46,76	05:37,98
800 Nage Libre		11:40,92		11:28,02
1500 Nage Libre		22:37,87		22:13,37
50 Dos	00:42,15	00:40,93	00:40,85	00:39,63
100 Dos	01:28,89	01:26,39	01:26,59	01:24,09
200 Dos	03:10,77	03:06,59	03:05,37	03:01,19
50 Brasse	00:45,91	00:44,64	00:45,21	00:43,94
100 Brasse	01:41,43	01:38,55	01:39,53	01:36,65
200 Brasse	03:38,29	03:32,34	03:33,79	03:27,84
50 Papillon	00:38,89	00:37,84	00:38,29	00:37,24
100 Papillon	01:27,26	01:24,86	01:25,86	01:23,46
200 Papillon		03:04,86		03:01,56
200 4 Nages	03:07,21	03:02,43	03:03,81	02:59,03
400 4 Nages		06:29,33		06:21,83

GRILLES DE QUALIFICATION MESSIEURS				
Épreuves	Benjamins 1		Benjamins 2	
	GRILLE DE QUALIFICATION GRAND BASSIN		GRILLE DE QUALIFICATION PETIT BASSIN	
50 Nage Libre	00:33,40	00:32,44	00:32,70	00:31,74
100 Nage Libre	01:12,01	01:10,01	01:10,51	01:08,51
200 Nage Libre	02:33,98	02:29,98	02:30,38	02:26,38
400 Nage Libre	05:22,39	05:14,31	05:14,69	05:06,61
800 Nage Libre		10:54,27		10:38,37
1500 Nage Libre		20:55,09		20:24,99
50 Dos	00:38,06	00:36,92	00:36,56	00:35,42
100 Dos	01:20,82	01:18,44	01:17,82	01:15,44
200 Dos	02:56,09	02:51,11	02:49,19	02:44,21
50 Brasse	00:41,89	00:40,62	00:40,79	00:39,52
100 Brasse	01:30,46	01:27,90	01:27,96	01:25,40
200 Brasse	03:15,54	03:10,18	03:09,64	03:04,28
50 Papillon	00:35,51	00:34,51	00:34,81	00:33,81
100 Papillon	01:20,06	01:17,74	01:18,66	01:16,34
200 Papillon		02:50,94		02:47,64
200 4 Nages	02:51,52	02:47,00	02:47,42	02:42,90
400 4 Nages		05:58,40		05:49,40



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

PROGRAMME ET HORAIRES

Horaires précisés à titre indicatif, ils pourront être modifiés à la clôture des engagements.

Samedi 1^{er} juillet 2023	
O.P. : 7h30 – 1^{er} Départ : 9h	O.P. : 14h – 1^{er} Départ : 15h30
1-800 NL Dames Dames (<i>Clst au temps</i>)	8-400 NL Dames (<i>Clst au temps</i>)
2-50 Dos Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	9-100 Dos Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
3-200 Dos Dames (<i>Clst au temps</i>)	10-200 Pap Dames (<i>Clst au temps</i>)
4-200 4N Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	11-200 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
5-100 Brasse Dames (<i>Clst au temps</i>)	12-50 NL Dames (<i>Clst au temps</i>)
6-100 Pap Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	13-200 Brasse Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
7-100 NL Dames (<i>Clst au temps</i>)	14-400 4N Dames (<i>Clst au temps</i>)
	15-50 Pap Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
	16-50 Brasse Dames (<i>Clst au temps</i>)
	17-1500 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)

Dimanche 2 juillet 2023	
O.P. : 7h30 – 1^{er} Départ : 9h	O.P. : 14h – 1^{er} Départ : 15h30
18-800 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	25-400 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
19-50 Dos Dames (<i>Clst au temps</i>)	26-100 Dos Dames (<i>Clst au temps</i>)
20-200 Dos Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	27-200 Pap Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
21-200 4N Dames (<i>Clst au temps</i>)	28-200 NL Dames (<i>Clst au temps</i>)
22-100 Brasse Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	29-50 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
23-100 Pap Dames (<i>Clst au temps</i>)	30-200 Brasse Dames (<i>Clst au temps</i>)
24-100 NL Messieurs (<i>Clst au temps</i>)	31-400 4N Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
	32-50 Pap Dames (<i>Clst au temps</i>)
	33-50 Brasse Messieurs (<i>Clst au temps</i>)
	34-1500 NL Dames (<i>Clst au temps</i>)

CHAMPIONNAT RÉGIONAL JUNIORS ET PLUS (50M)

NATATION - WATER POLO - NATATION ARTISTIQUE - PLONGEON - EAU LIBRE

03 83 18 87 32
secretariat@lge-natation.fr